



令和3年度 中学生女子サッカー活動

日時	2021/08/29(日)9:00~11:00	コース		参加人数	21人
会場	神戸レディースフットボールセンター	担当	桂・寺戸・松垣・岸本		

指導方法

テーマ	8vs8Game フェスティバル準備				
-----	--------------------	--	--	--	--

生徒から口頭で健康チェック

W-up スローイン

①2人組

インサイドボレー
ウエッジコントロール

②3人組 Short-Short-Long

※Stretchを入れる

② Short-Short-Long

インサイド、インステップ、インフロント
Shoot etc.

TR2 4Goal Game

4vs4 で2ゴールを守って攻める
攻撃時の広がり、ギャップを狙う
4人のポジション
DFの仕方(1stDFの決定)チャレンジ&カバー

TR1 ①2vs1+2vs1(セパレート)

②3vs3vs3

FWはスルーパスを狙う
DFはチャレンジ&カバー スライド

GAME 11vs11 Half-Court Game

・Restart (FK、CKの攻守も行う)
・システム：3-3-1 3-2-2
・GK

KEY FACTOR
<ul style="list-style-type: none"> ・フェスティバルに向けた準備 ・8vs8に慣れる ・スローイン ・スルーパス ギャップについて